Docteur Zorela Socol
GYNÉCOLOGUE
Centre Médical Stalingrad
7 Square Stalingrad
13001 Marseille

Bien prendre ma pilule

La pilule est un moyen de contraception efficace à près de 100 %, mais elle ne protège pas contre les Infections Sexuellement Transmissibles ni contre le SIDA et exige une prise rigoureuse.

Qu'est-ce que la pilule ?

Ce n'est pas un traitement, c'est un moyen contraceptif et c'est un moyen de vivre sa sexualité.

La pilule contient des hormones (œstrogène et progestérone de synthèse seul ou en association), qui bloquent l'ovulation en mettant les ovaires au repos.

La pilule me protège contre quoi ?

En prenant la pilule, vous êtes protégée contre une grossesse non désirée, mais pas contre les Infections Sexuellement Transmissibles (IST) et, notamment, l'hépatite C et le VIH.

Seul le préservatif constitue à la fois un mode de contraception et une protection contre les IST.

Est-ce qu'il y a des contre-indications ?

Le tabac, le cholestérol, l'hypertension artérielle sont autant de facteurs de risques cardiovasculaires. Il est nécessaire d'en parler lors de la prescription de la pilule.

A partir de combien de temps la pilule est-elle efficace ?

L'efficacité commence dès le premier jour et durant tout le temps de la prise de la pilule, y compris pendant la période d'arrêt de 7 jours (si la plaquette ne contient que 21 comprimés).

Comment dois-je la prendre ?

Il faut absolument prendre la première de ces pilules le premier jour des règles.

Il est important de choisir l'heure de cette première prise puisqu'il faudra respecter cet horaire autant que possible par la suite.

Pour limiter les risques d'oubli, il suffit d'associer cette prise de pilule à une action répétée chaque jour. L'avaler avec le déjeuner ou le dîner, au moment de se brosser les dents, au moment de régler le réveil pour le lendemain matin.

Lorsqu'on n'a jamais pris la pilule ou si on recommence à la prendre après un arrêt d'un ou plusieurs mois, il faut reprendre la pilule le premier jour des règles.

Si la plaquette comporte 21 comprimés :

On prend un comprimé à la même heure pendant 21 jours.

On s'arrête pendant 7 jours. C'est au cours de cette période d'arrêt que surviennent les règles.

Le 8ème jour, on entame une nouvelle plaquette, que les règles soient terminées ou pas.

Si vous avez commencé votre plaquette un jour de la semaine (un dimanche par exemple), vous commencerez toutes les plaquettes

Docteur Zorela Socol
GYNÉCOLOGUE
Centre Médical Stalingrad
7 Square Stalingrad
13001 Marseille

le même jour (un dimanche) et vous les terminerez toutes la veille (le samedi dans ce cas).

Si la plaquette contient 28 comprimés :

Il faut prendre dans l'ordre un comprimé chaque jour sans s'arrêter et sans tenir compte de la survenue des règles.

Que faire en cas d'oubli ?

Il ne faut surtout pas paniquer, à chaque situation d'oubli il existe une solution. Dans tous les cas, le médecin est là pour répondre.

Prenez le comprimé manquant dès que possible. Consultez la notice et contactez votre médecin afin de vous assurer que vous êtes toujours protégée.

En cas de doute, n'interrompez pas votre plaquette, mais choisissez un mode de contraception complémentaire (préservatif) en attendant la fin de votre cycle.

Vous pouvez aussi avoir recours à la pilule du lendemain sans ordonnance chez le pharmacien, dans les dispensaires, auprès du centre de planning familial ou de l'infirmière scolaire

Pour limiter les risques d'oubli, je choisis de prendre ma pilule au moment d'une action quotidienne
Ma pilule mode d'emploi

Prévoyance ! La pilule peut être prescrite pour six mois ou un an : achetez quelques plaquettes d'avance pour éviter les ruptures de stock.

Informations sur le document

Conçu et validé par : Comité Médecine générale

Date de validation : **04/10/12**

docvadis® est une marque déposée de Merck & Corp., filiale de Merck & Co., Inc., Whitehouse Station, NJ, USA.